

大成國民小學108學年度上學期午餐菜單

| 週別 | 日期 | 主食 | 主菜 | 副菜 | 青菜 | 湯 | 其他 | 主食 (份) | 蔬菜 (份) | 水果/ 乳品 (份) | 豆蛋 魚肉 (份) | 油脂 (份) | 熱量 (大卡) |
|------|---------------|-----|--------------|---------|---------|-------|----|-----------|-----------|------------------|-----------------|-----------|------------|
| 第15週 | 108/12/2 (一) | 白米飯 | 香酥翅小腿*2 | 銀芽木耳炒肉絲 | 產銷履歷蚵白菜 | 冬瓜丸子湯 | | 5 | 1.4 | 0 | 1.5 | 2.1 | 592 |
| | 108/12/3 (二) | 糙米飯 | 桂筍燒肉 | 醬燒杏鮑菇 | 有機蜜雪白菜 | 日式黑輪湯 | 蘋果 | 5 | 1.8 | 1 | 2.2 | 2.2 | 719 |
| | 108/12/4 (三) | 特餐 | 什錦麵疙瘩 | 滷雙味 | 高麗菜炒豆皮 | | 乳品 | 5 | 1.2 | 1 | 2.2 | 2.1 | 740 |
| | 108/12/5 (四) | 五谷飯 | 三杯魷魚 | 什錦寬粉 | 有機小松菜 | 珍珠奶茶 | 橘子 | 6 | 1.2 | 1 | 2.1 | 2 | 758 |
| | 108/12/6 (五) | 白米飯 | 蘿蔔滷肉 | 薯丁培根蛋 | 有機高麗菜 | 芥菜雞湯 | | 0 | 0 | 0 | 1.6 | 2.2 | 219 |
| 第16週 | 108/12/9 (一) | 白米飯 | 馬鈴薯燒肉 | 炸醬什錦 | 產銷履歷菜 | 紫菜蛋花湯 | | 5.3 | 1.1 | 0 | 2.4 | 2.1 | 673 |
| | 108/12/10 (二) | 糙米飯 | 破布子蒸魚 | 西芹甜不辣 | 有機青江菜 | 什錦豆花 | 水果 | 5.8 | 0.8 | 1 | 2.2 | 2 | 741 |
| | 108/12/11 (三) | 特餐 | 麻油雞絲飯 | 白菜什錦 | | 黃瓜丸片湯 | 乳品 | 5 | 1.1 | 1 | 1 | 2.1 | 647 |
| | 108/12/12 (四) | 紫米飯 | 百頁雞丁 | 鮪魚洋蔥炒蛋 | 有機荷葉白菜 | 冬瓜薏仁湯 | 水果 | 5 | 1 | 1 | 2.3 | 2.2 | 706.5 |
| | 108/12/13 (五) | 糙米飯 | 黑胡椒肉柳 | 嫩豆腐*1 | 有機甜菜心 | 青木瓜雞湯 | | 5 | 1 | 0 | 2 | 2 | 615 |

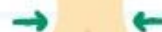
「膳食纖維」好處多，讓身體更健康：

月

食譜設計：葉倩瑛營養師



✓ 預防或改善便秘



✓ 增加飽足感，幫助體重控制

✓ 預防腸道疾病及相關病變



✓ 降低血中膽固醇，預防心血管疾病



✓ 有助於血糖控制



大成國民小學108學年度上學期午餐菜單

| 週別 | 日期 | 主食 | 主菜 | 副菜 | 青菜 | 湯 | 其他 | 主食 (份) | 蔬菜 (份) | 水果/ 乳品 (份) | 豆蛋 魚肉 (份) | 油脂 (份) | 熱量 (大卡) |
|------|---------------|-----|---------|---------|---------|-------|----|-----------|-----------|------------------|-----------------|-----------|------------|
| 第15週 | 108/12/2 (一) | 白米飯 | 香酥翅小腿*2 | 銀芽木耳炒肉絲 | 產銷履歷蚵白菜 | 冬瓜丸子湯 | | 5 | 1.4 | 0 | 1.5 | 2.1 | 592 |
| | 108/12/3 (二) | 糙米飯 | 桂筍燒肉 | 醬燒杏鮑菇 | 有機蜜雪白菜 | 日式黑輪湯 | 蘋果 | 5 | 1.8 | 1 | 2.2 | 2.2 | 719 |
| | 108/12/4 (三) | 特餐 | 什錦麵疙瘩 | 滷雙味 | 高麗菜炒豆皮 | | 乳品 | 5 | 1.2 | 1 | 2.2 | 2.1 | 740 |
| | 108/12/5 (四) | 五谷飯 | 三杯魷魚 | 什錦寬粉 | 有機小松菜 | 珍珠奶茶 | 橘子 | 6 | 1.2 | 1 | 2.1 | 2 | 758 |
| | 108/12/6 (五) | 白米飯 | 蘿蔔滷肉 | 薯丁培根蛋 | 有機高麗菜 | 芥菜雞湯 | | 0 | 0 | 0 | 1.6 | 2.2 | 219 |
| 第16週 | 108/12/9 (一) | 白米飯 | 馬鈴薯燒肉 | 炸醬什錦 | 產銷履歷菜 | 紫菜蛋花湯 | | 5.3 | 1.1 | 0 | 2.4 | 2.1 | 673 |
| | 108/12/10 (二) | 糙米飯 | 破布子蒸魚 | 西芹甜不辣 | 有機青江菜 | 什錦豆花 | 水果 | 5.8 | 0.8 | 1 | 2.2 | 2 | 741 |
| | 108/12/11 (三) | 特餐 | 麻油雞絲飯 | 白菜什錦 | | 黃瓜丸片湯 | 乳品 | 5 | 1.1 | 1 | 1 | 2.1 | 647 |
| | 108/12/12 (四) | 紫米飯 | 百頁雞丁 | 鮭魚洋蔥炒蛋 | 有機荷葉白菜 | 冬瓜薏仁湯 | 水果 | 5 | 1 | 1 | 2.3 | 2.2 | 706.5 |
| | 108/12/13 (五) | 糙米飯 | 黑胡椒肉柳 | 嫩豆腐*1 | 有機甜菜心 | 青木瓜雞湯 | | 5 | 1 | 0 | 2 | 2 | 615 |

「膳食纖維」好處多，讓身體更健康：

已全面使用
基改產品

食譜設計：葉倩瑛營養師



✓ 預防或改善便秘



✓ 增加飽足感，幫助體重控制



✓ 預防腸道疾病及相關病變



✓ 降低血中膽固醇，預防心血管疾病



✓ 有助於血糖控制



大成國民小學108學年度第一學期 第15週 午餐食譜設計表

預估總價 59,930

平均每日 19976.66667

平均每人每日 5.2

| 類別 | 12月2日(一) | | | | 12月3日(二) | | | | 12月4日(三) | | | | 12月5日(四) | | | | 12月6日(五) | | | | | |
|-------|----------------|---------|-------|----|----------------|----------|-----|---------|----------------|----------|---------|-------|----------------|----------|-------|----|----------------|------------|-----|---------|-----|---|
| | 2305(2270+素35) | | | | 2305(2270+素35) | | | | 2305(2270+素35) | | | | 2305(2270+素35) | | | | 2305(2270+素35) | | | | | |
| | 合計 0 | | | | 合計 18,440 | | | | 合計 23,050 | | | | 合計 18,440 | | | | 合計 0 | | | | | |
| 主 | 白米飯 | | | | 糙米飯 | | | | 特餐 | | | | 白米飯 | | | | 白米飯 | | | | | |
| 食 | 名稱 | 數量K | 單價 | 總價 | 名稱 | 數量K | 單價 | 總價 | 名稱 | 數量K | 單價 | 總價 | 名稱 | 數量K | 單價 | 總價 | 名稱 | 數量K | 單價 | 總價 | | |
| 主食 | | | | | 糙米飯 | | | | | | | | | 8KG | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 主菜 | 香酥翅小腿*2 | 翅小腿 | 4520 | | | 肉丁 | 84 | | | 肉絲 | 60 | | | 魷魚條 | 48 | | | 肉丁 | 102 | | | |
| | | | | | | 五花肉丁 | 42 | | | 大白菜 | 80 | | | 肉片 | 102 | | | 白蘿蔔Q | 70 | | | |
| | | | | | | 桂竹筍12K/桶 | 60 | | | 脆筍絲 | 30 | | | 洋蔥去皮 | 15 | | | 紅蘿蔔Q | 25 | | | |
| | | | | | | 朴菜1.8K | 12 | | | 木耳絲 | 6 | | | 杏鮑菇頭 | 55 | | | 麵輪(小) | 11 | | | |
| | | | | | | 蒜末 | 2 | | | 乾香菇絲 | 2 | | | 蒜末 | 2 | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | 紅蘿蔔Q | 10 | | | 九層塔 | 2 | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | 麵疙瘩 | 210 | | | 老薑 | 1 | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 木耳絲 | 15 | | | | | | | |
| 副菜 | 銀芽木耳炒肉絲 | 綠豆芽 | 100 | | | 杏鮑菇頭 | 50 | | | 肉丁 | 120 | | | 寬粉條 | 40 | | | 洗選蛋CAS(盤裝) | 8 | | | |
| | | 肉絲 | 36 | | | 百頁豆腐切24丁 | 50 | | | 豆干丁 | 80 | | | 絞肉 | 15 | | | 馬鈴薯去皮 | 69 | | | |
| | | 木耳絲 | 12 | | | 木耳絲 | 15 | | | 蒜仁 | 2 | | | 高麗菜Q | 60 | | | 洋蔥去皮 | 20 | | | |
| | | 紅蘿蔔Q | 8 | | | 紅蘿蔔Q | 11 | | | 薑片 | 2 | | | 紅蘿蔔Q | 7 | | | 台審碎培根 | 15 | | | |
| | | 蒜末 | 1 | | | 青蔥 | 2 | | | 滷味滷包10入 | 1 | | | 蒜末 | 1 | | | | | | | |
| | | 芹菜 | 2 | | | | | | | | | | | 黑麻油3L(燈) | 1 | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 青菜 | 蚵白菜 | 蚵白菜(產) | 150 | | | 有機蜜雪兒白菜 | 128 | | | 高麗菜Q(初秋) | 140 | | | 有機小松菜 | 150 | | | 有機高麗菜 | 150 | | | |
| | | 蒜末 | 2 | | | 蒜末 | 2 | | | 乾豆捲1.8K | 6 | | | 蒜末 | 2 | | | 蒜末 | 2 | | | |
| | | | | | | | | | | 紅蘿蔔Q | 10 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | 蒜末 | 2 | | | | | | | | | | | |
| 湯品 | 冬瓜丸子湯 | 冬瓜 | 70 | | | 黑輪1切4 | 24 | | | | | | 黑粉圓 | 50 | | | 芥菜仁 | 60 | | | | |
| | | 貢丸片(福茂) | 24 | | | 白蘿蔔Q | 45 | | | | | | 雀巢奶粉2.3K | 3 | | | 骨髓丁 | 24 | | | | |
| | | 芹菜 | 1 | | | 玉米段(3米) | 30 | | | | | | 紅茶包400G | 3 | | | 金針菇 | 7 | | | | |
| | | | | | | 乾昆布300G | 2 | | | | | | 二砂25K(台糖) | 1 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 其他 | 黃豆(非基改) | | | | 蘋果 | | | | 乳品 | | | | 橘子 | | | | | | | | | |
| | 台糖(50K) | | | | 2305份 8 18440 | | | | 2305 10 23050 | | | | 2305份 8 18440 | | | | | | | | | |
| 營養分析表 | 熱量 | 類別 | | 份量 | | 類別 | | 份量 | | 類別 | | 份量 | | 類別 | | 份量 | | 類別 | | 份量 | | |
| | | 主食(份) | 5 | 份 | 主食(份) | 5 | 份 | 主食(份) | 5 | 份 | 主食(份) | 6 | 份 | 主食(份) | 6 | 份 | 主食(份) | 6 | 份 | 主食(份) | 6 | 份 |
| | | 蔬菜(份) | 1.4 | 份 | 蔬菜(份) | 1.8 | 份 | 蔬菜(份) | 1.2 | 份 | 蔬菜(份) | 1.2 | 份 | 蔬菜(份) | 1.2 | 份 | 蔬菜(份) | 1.2 | 份 | 蔬菜(份) | 1.2 | 份 |
| | | 水果(份) | 1 | 份 | 水果(份) | 1 | 份 | 鮮奶(份) | 1 | 份 | 水果(份) | 1 | 份 | 水果(份) | 1 | 份 | 水果(份) | 1 | 份 | 水果(份) | 1 | 份 |
| | | 豆魚肉蛋(份) | 1.5 | 份 | 豆魚肉蛋(份) | 2.2 | 份 | 豆魚肉蛋(份) | 2.2 | 份 | 豆魚肉蛋(份) | 2.2 | 份 | 豆魚肉蛋(份) | 2.1 | 份 | 豆魚肉蛋(份) | 1.6 | 份 | 豆魚肉蛋(份) | 1.6 | 份 |
| | | 油脂(份) | 2.1 | 份 | 油脂(份) | 2.2 | 份 | 油脂(份) | 2.1 | 份 | 油脂(份) | 2.1 | 份 | 油脂(份) | 2 | 份 | 油脂(份) | 2.2 | 份 | 油脂(份) | 2.2 | 份 |
| | | 總熱量 | 592大卡 | | 總熱量 | 719大卡 | | 總熱量 | 740大卡 | | 總熱量 | 758大卡 | | 總熱量 | 219大卡 | | | | | | | |

營養師：

午餐執行秘書：

主任：

校長：

0

大成國民小學108學年度第一學期 第15週

| 類別 | 日期 | 12月2日(一) | | 日期 | 12月3日(二) | | 日期 | 12月4日(三) | | 日期 | 12月5日(四) | | 日期 | 12月6日(五) | | | | | |
|----|---------|----------|-----|-------|----------|-----|-------|----------|---|------|----------|-----|-------|-----------|-----|--|-----|---------|---|
| | 人數 | 38 | | 人數 | 38 | | 人數 | 38 | | 人數 | 38 | | 人數 | 38 | | | | | |
| | | 合計 | 0 | | 合計 | 0 | | 合計 | 0 | | 合計 | 0 | | 合計 | 0 | | | | |
| | 主食名稱 | 白米飯 | | 主食名稱 | 糙米飯 | | 主食名稱 | 特餐 | | 主食名稱 | 五谷飯 | | 主食名稱 | 白米飯 | | | | | |
| | 食材 | 數量K | | 食材 | 數量K | | 食材 | 數量K | | 食材 | 數量K | | 食材 | 數量K | | | | | |
| 主菜 | 香酥翅 | 素麥克雞塊 | 2 | 桂筍燒肉 | 豆干片 | 2.5 | 什錦麵疙瘩 | 瑤珍菇 | 1 | 三杯魷魚 | 素小卷1.2K | 1 | 蘿蔔滷肉 | 油豆腐丁 | 2 | | | | |
| | 小腿* | | | | 素油蔥600G | 1 | | | | | | | | 豆干片 | 2 | | | | |
| | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 副菜 | 跟芽木耳炒肉絲 | 油片(切絲) | 0.8 | 醬燒杏鮑菇 | | | 滷雙味 | 海帶結(綠) | 1 | 什錦寬粉 | 炸豆包絲 | 0.3 | 薯丁培根蛋 | 玉米粒CAS(散) | 1.5 | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | 小黃瓜 | 1 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | 素培根300G | 1 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 湯 | 冬瓜丸子湯 | 素海龍丸600G | 1 | 日式黑輪湯 | | | 0 | | | 珍珠奶茶 | | | 芥菜雞湯 | 素蔬菜黑輪排 | 0.6 | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 薑片 | | 0.6 | | | | | | | | | | | | | | | | |

營養師：

午餐執行秘書：

主任：

校長：

大成國民小學108學年度第一學期 第16週 午餐食譜設計表

預估總價 69,150

平均每日 13830

平均每人每日 6.0

| 類別 | 12月9日(一) | | | | | 12月10日(二) | | | | | 12月11日(三) | | | | | 12月12日(四) | | | | | 12月13日(五) | | | | | |
|-------|----------------|------------|-------|----|----|----------------|--------|----|-------|---------|----------------|------|----|---------|-------|----------------|-------|---------|-------|---|----------------|------|----|----|----|--|
| | 2305(2270+素35) | | | | | 2305(2270+素35) | | | | | 2305(2270+素35) | | | | | 2305(2270+素35) | | | | | 2305(2270+素35) | | | | | |
| | 合計 0 | | | | | 合計 23,040 | | | | | 合計 23,070 | | | | | 合計 23,040 | | | | | 合計 0 | | | | | |
| 主餐名稱 | 白米飯 | | | | | 糙米飯 | | | | | 特餐 | | | | | 紫米飯 | | | | | 白米飯 | | | | | |
| | 食材 | 數量K | 單價 | 總價 | | 食材 | 數量K | 單價 | 總價 | | 食材 | 數量K | 單價 | 總價 | | 食材 | 數量K | 單價 | 總價 | | 食材 | 數量K | 單價 | 總價 | | |
| 主菜 | 馬鈴薯燒肉 | 雞肉先解凍 | | | | 糙米飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 肉丁 | 144 | | | 水滷片 | 2265 | | | | 清胸肉絲 | 72 | | | | 雞丁 | 90 | | | | 肉柳 | 102 | | | | |
| | | 馬鈴薯去皮 | 70 | | | | 160元/K | | | | 三色丁CAS | 30 | | | | 骨髓丁 | 72 | | | | 綠豆芽 | 70 | | | | |
| | | 洋蔥去皮 | 15 | | | 薑絲 | 1 | | | | 杏鮑菇頭 | 20 | | | | 百頁豆腐切24丁 | 44 | | | | 洋蔥去皮 | 18 | | | | |
| | | 紅蘿蔔Q | 7 | | | 破布子3K | 3 | | | | 高麗菜(初秋) | 60 | | | | 生香菇 | 10 | | | | 紅蘿蔔Q | 11 | | | | |
| | | 青蔥 | 1 | | | 破布子蒸魚 | | | | | 洋蔥去皮 | 10 | | | | 紅蘿蔔Q | 7 | | | | 黑胡椒粒600G | 2 | | | | |
| | | | | | | | | | | | 薑片 | 2 | | | | 蒜末 | 2 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | 黑麻油3L | 3 | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 副菜 | 炸醬什錦 | 四分干丁 | 60 | | | 西芹 | 80 | | | | 大白菜Q | 115 | | | | 洗選蛋CAS(盤裝) | 8 | | | | 黃金嫩豆腐(薄) | 2120 | | | | |
| | | 小黃瓜Q | 60 | | | 甜不辣條 | 45 | | | | 芋頭Q | 49 | | | | 鮭魚罐1.88K | 8 | | | | 蒜泥 | 2 | | | | |
| | | 毛豆仁CAS | 25 | | | 肉絲 | 30 | | | | 木耳絲 | 7 | | | | 洋蔥去皮 | 20 | | | | 金蘭醬油膏SL | 3 | | | | |
| | | 玉米粒CAS(散) | 15 | | | 鮑魚菇 | 15 | | | | 紅蘿蔔Q | 7 | | | | 玉米粒CAS(散) | 60 | | | | 青蔥 | 3 | | | | |
| | | 甜麵醬3K | 3 | | | 紅蘿蔔Q | 10 | | | | 蒜末 | 2 | | | | | | | | | 香菜 | 0.1 | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 青菜 | 菜 | 青菜(產) | 150 | | | 青江菜 | 150 | | | | 切達起司貝果(當天501用) | 26 | | | | 荷葉白菜 | 148 | | | | 甜菜心 | 138 | | | | |
| | | 蒜末 | 2 | | | 蒜末 | 2 | | | | | 蒜末 | 2 | | | | 蒜末 | 2 | | | | 蒜末 | 2 | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 湯 | 紫菜蛋花湯 | 紫菜100G | 12 | | | 紅豆(先送) | 20 | | | | 大黃瓜 | 64 | | | | 冬瓜 | 86 | | | | 青木瓜 | 65 | | | | |
| | | 洗選蛋CAS(盤裝) | 1 | | | 花豆(先送) | 20 | | | | 貢丸片(福茂) | 24 | | | | 小葱仁 | 20 | | | | 雞架 | 15 | | | | |
| | | 金針菇 | 20 | | | 豆花2K | 105 | | | | 大骨 | 12 | | | | 大骨 | 12 | | | | 枸杞600G | 2 | | | | |
| | | | | | | 二砂25K(台糖) | 2 | | | | | | | | | | | | | | 薑絲 | 2 | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 豆漿 | | 黃豆(非基改) | | | | 水果 | 2304份 | 10 | 23040 | | 乳品 | 2307 | 10 | 23070 | | 水果 | 2304份 | 10 | 23040 | | | | | | | |
| | | 台糖(50K) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 營養分析表 | 熱量 | 類別 | 份量 | | 熱量 | 類別 | 份量 | | 熱量 | 類別 | 份量 | | 熱量 | 類別 | 份量 | | 熱量 | 類別 | 份量 | | 熱量 | 類別 | 份量 | | 熱量 | |
| | | 主食(份) | 5.3 | 份 | | 主食(份) | 5.8 | 份 | | 主食(份) | 5 | 份 | | 主食(份) | 5 | 份 | | 主食(份) | 5 | 份 | | | | | | |
| | | 蔬菜(份) | 1.1 | 份 | | 蔬菜(份) | 0.8 | 份 | | 蔬菜(份) | 1.1 | 份 | | 蔬菜(份) | 1 | 份 | | 蔬菜(份) | 1 | 份 | | | | | | |
| | | 水果(份) | | 份 | | 水果(份) | 1 | 份 | | 鮮奶(份) | 1 | 份 | | 水果(份) | 1 | 份 | | 水果(份) | 1 | 份 | | | | | | |
| | | 豆魚肉蛋(份) | 2.4 | 份 | | 豆魚肉蛋(份) | 2.2 | 份 | | 豆魚肉蛋(份) | 1 | 份 | | 豆魚肉蛋(份) | 2.3 | 份 | | 豆魚肉蛋(份) | 2 | 份 | | | | | | |
| | | 油脂(份) | 2.1 | 份 | | 油脂(份) | 2 | 份 | | 油脂(份) | 2.1 | 份 | | 油脂(份) | 2.2 | 份 | | 油脂(份) | 2 | 份 | | | | | | |
| | | 總熱量 | 673大卡 | | | 總熱量 | 741大卡 | | | 總熱量 | 647大卡 | | | 總熱量 | 707大卡 | | | 總熱量 | 615大卡 | | | | | | | |

營養師：

午餐執行秘書：

主任：

校長：

0 大成國民小學108學年度第一學期 第16週

| 菜別 | 日期 | 12月9日(一) | | 日期 | 12月10日(二) | | 日期 | 12月11日(三) | | 日期 | 12月12日(四) | | 日期 | 12月13日(五) | |
|----|-------|----------|-----|--------|-----------|-------|------|-----------|-----|--------|-----------|-------|------|-----------|---|
| | 人數 | 38 | | 人數 | 38 | | 人數 | 38 | | 人數 | 38 | | 人數 | 38 | |
| | | 合計 | 0 | | 合計 | 0 | | 合計 | 0 | | 合計 | 0 | | 合計 | 0 |
| | 主食名稱 | 白米飯 | | 主食名稱 | 糙米飯 | | 主食名稱 | 特餐 | | 主食名稱 | 紫米飯 | | 主食名稱 | 糙米飯 | |
| | 食材 | 數量K | 食材 | 數量K | 食材 | 數量K | 食材 | 數量K | 食材 | 數量K | 食材 | 數量K | 食材 | 數量K | |
| 主菜 | 馬鈴薯燒肉 | 油豆腐丁 | 2 | 生豆包(大) | 36 | 炸豆包絲 | 1 | 素雞丁 | 2.5 | 炸豆包絲 | 1.5 | 黑胡椒肉柳 | 芹菜 | 0.2 | |
| | | 甜豆 | 1 | 破布子 | | 麻油雞絲飯 | | 百頁雞丁 | | | | | | | |
| | | | | 蒸魚 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| 副菜 | 炸醬什錦 | 素火腿丁 | 1 | 素甜不辣條 | | 素肉絲 | 0.1 | 鮪魚 | 1 | 毛豆仁CAS | 1 | 嫩豆腐* | 香菜 | 0.1 | |
| | | | | 西芹甜不辣 | | 白菜什錦 | | 魚 | 2 | 琇珍菇 | 2 | | | | |
| | | | | | | | | 洋蔥 | 2 | 刈薯 | 2 | | | | |
| | | | | | | | | 炒蛋 | | | | | | | |
| 湯 | 紫菜蛋花湯 | | | 什錦豆花 | | 黃瓜丸片湯 | | 素海龍丸600G | 1 | 冬瓜薏仁湯 | | 青木瓜雞湯 | 乾豆捲 | 0.3 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 薑片 | 0.6 | | | | | | | | | | | | |

營養師：

午餐執行秘書：

主任：

校長：